

Témoignages de consommateurs

## Le cannabis m'a détruit ...

Par [Profil supprimé](#) Posté le 10/01/2021 à 03:10

Bonsoir ,

Je viens vers vous en espérant trouver de l'aide et savoir  
Si d'autres personnes sont dans le même cas que moi...

Étant fumeur depuis mon plus jeune âge 11ans exactement (que des cigarettes)

Je n'en suis pas fier

Depuis 3 ans je me suis mis à fumer du shit

au début c'était 1 joint par mois puis

3g par semaine avec une pause d'un mois

Je vous la fait courte .

Au bout de 6 mois une connaissance m'a mis vraiment dedans  
et j'ai fini à 15g voir 30g par semaine pendant 1an.

Du jours au lendemain j'ai décidé d'arrêter (clope & shit)

Jugeant que je fumais trop ,

et que cela me faisait plus de mal que de bien .

Grâce ma mère et ma volonté ,

J'ai pu me sortir de cette enfer qui est le sevrage

N'étant pas sportif je me suis fait une sorte d'entraînement physique (vélo, aérobic, yoga)

avec un emploi du temps pour reprendre de bonnes habitudes

Jus de fruit fais maison, légumes, viande, vitamines.

De bons petits plats variés et équilibrés.

Au bout de 2-3jrs suite au début du sevrage les premiers symptômes ont commencé à se faire sentir.

Tremblement, transpiration, sommeil de 3h 1j sur 2 (insomnie)

Maux de tête comme une compression (céphalées)

Mal de ventre, diarrhées, constipation, pratiquement

plus de force dans les mains, à deux de tension, palpitations ...

Le problème c'est que ce n'était que la face caché de l'iceberg.

Une semaine passe et je commence à avoir d'autres symptômes  
(en plus des autres)

Le stress quand je sors

(Je suis devenu casanier à cause de ça)

Difficulté à réfléchir, pratiquement très peu de mémoire  
a court terme, très peu de concentration.

Le problème c'est que plus mon sevrage avançait  
plus les symptômes physiques disparaissaient  
Mais certains des symptômes psychologiques s'accroissaient

Le sevrage m'a pris 2 mois suite à ça  
plus aucun symptôme physique  
mais au bout du premier mois j'ai repris la clope...  
ceux qui arrêtent ont un courage énorme force à vous.

Cela fait maintenant 1an que je n'ai pas touché à un joint  
Mais certains symptômes sont toujours présents  
Des problèmes de concentration  
comme une impression de penser à rien  
et surtout un stress intense quand je sors.

Deux mois après un collègue m'a fait fumer  
et j'étais redevenue normale plus aucun stress,  
concentration au top  
Mais le lendemain les symptômes sont revenus.

Est-ce que je resterai bloqué à vie ?  
Si d'autres personnes ont vécu des symptômes similaires j'aimerais savoir comment en êtes-vous  
sortis ?

Merci d'avoir lu mon pavé en espérant trouver une solution.